

**Меню 1**

Утверждаю:

Дата: 12.01.2026г.

Согласовано:

**Детский сад № 4  
Центрального района  
Волгограда**

*С. А. Овчарова*





**Ясли**



**Сад**



**24 часа**

Прим. Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		
<b>Завтрак</b>																		
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	160					180					180							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10					30/10							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>312,6</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>			
<b>2 Завтрак</b>																		
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200					200							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>			
<b>Обед</b>																		
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150							
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>531,9</b>	<b>650</b>	<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>89,9</b>	<b>673,1</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>			
<b>Уплатненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																		
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30							
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50					50							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>	<b>730,0</b>	<b>21,1</b>	<b>20,5</b>	<b>121,7</b>	<b>768,8</b>			
<b>2 Ужин</b>																		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>200,2</b>	<b>1 410,6</b>		<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1 930,2</b>			


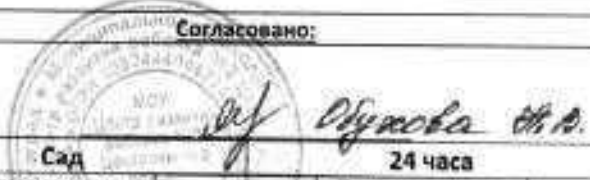
Меню 2



Утверждаю:		Дата: 13.07.2016				Согласовано:									
		Детский сад № 2													
		Центрального района Волгограда													
		Ясли				Сад				24 часа					
Прим. пища, замещающая завтрак	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180,5					180,5					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10									190/10					
БАТОН	40				25					25					
СЫР (ТОРЦИЙМИ)	0				10					10					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>9,5</b>	<b>5,8</b>	<b>53,8</b>	<b>385,4</b>	<b>428</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,8</b>	<b>428</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,8</b>
<b>2 Завтрак</b>															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200					200					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				200					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>36,7</b>	<b>166,3</b>	<b>488</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>	<b>488</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>
<b>Обед</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					60					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	130				0					0					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0				180					180					
ПЛОД ИЗ ПИЦЦЫ	130				150					150					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				30					30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20					20					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>14,8</b>	<b>20,4</b>	<b>76,6</b>	<b>509,8</b>	<b>610</b>	<b>37,9</b>	<b>38,5</b>	<b>85,8</b>	<b>848,2</b>	<b>628</b>	<b>38,8</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>	<b>857,2</b>
<b>Уютный полдник(если в сад)/полдник в ужин(24 часа)</b>															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	30				70					70					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				50					40					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20				20					0					
БУЛКА ВЕСУШКА	0				0					30					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>437</b>	<b>14,4</b>	<b>13,8</b>	<b>71,1</b>	<b>434,9</b>	<b>487</b>	<b>20,2</b>	<b>13,0</b>	<b>76,9</b>	<b>514,4</b>	<b>707</b>	<b>22,1</b>	<b>13,9</b>	<b>115,0</b>	<b>682,2</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,4</b>	<b>41</b>	<b>238,2</b>	<b>1414,4</b>		<b>72,0</b>	<b>61,7</b>	<b>252,5</b>	<b>1874,2</b>		<b>79,1</b>	<b>67,6</b>	<b>298,4</b>	<b>2147,5</b>



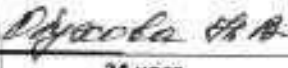
Меню Э																	
Утверждаю:			Дата: 14.02.2026				Согласовано:										
			Детский сад № 2 Центрального района Волгограда														
			Ясли												Сад		
Примечание: наименование блюда			Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г		
<b>Завтрак</b>																	
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10						
БАТОН	20					20					20						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1					1					1						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>13,2</b>	<b>9</b>	<b>47,2</b>	<b>323,4</b>	<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>	<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>		
<b>2 Завтрак</b>																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>																	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					50					50						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10					180/10						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150					150					150						
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	150/7/3					180/10/7					180/10/7						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					40					40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>14,6</b>	<b>12,1</b>	<b>58,5</b>	<b>426,7</b>	<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>	<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>		
<b>Узатиственный подливка (ясли и сад)/подливка и ужины (24 часа)</b>																	
ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40					60					60						
КОТЛЕТЫ, БИТЧОККИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	50/30					70/30					70/30						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ)	110					130					130						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					180					180						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					60					60						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					50					0						
КОШТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					0					50						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					0					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>15,3</b>	<b>17,8</b>	<b>82,6</b>	<b>547,76</b>	<b>580</b>	<b>28,5</b>	<b>26,6</b>	<b>130,6</b>	<b>892,5</b>	<b>780</b>	<b>31,3</b>	<b>31,0</b>	<b>153,8</b>	<b>1 037,4</b>		
<b>2 Ужин</b>																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>44</b>	<b>39,1</b>	<b>206</b>	<b>1402</b>		<b>60,3</b>	<b>49,1</b>	<b>274,1</b>	<b>1 815,3</b>		<b>36,8</b>	<b>35,4</b>	<b>160,8</b>	<b>1 129,9</b>		




Утверждаю:		Меню 4				Согласовано:									
		Дата: 18.07.2025													
		Детский сад № 1 Центрального района Волгограда													
Ясли		Сады				24 часа									
Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ПРУЧНЕВОЙ)	180					180					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10,5					180/10,7					180/10,7				
БАТОН	30					0					0				
СЫР (ГОРДОЛАН)	3					0					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15					40/5/15				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (облоки)	200					200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>543</b>	<b>10,3</b>	<b>7,9</b>	<b>64,2</b>	<b>375,4</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,4</b>	<b>448,5</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,4</b>	<b>448,5</b>
<b>2 Завтрак</b>															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты соевые)	30					60					60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130				
КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>16,1</b>	<b>14,4</b>	<b>84,1</b>	<b>521,6</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>
<b>Упаколенный полдник (ясли и сады) / полдник и ужин (24 часа)</b>															
КОЗЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70				
ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	110					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					0				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/10,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					0				
БАТОН	0					0					45				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>428</b>	<b>14</b>	<b>14,4</b>	<b>72,8</b>	<b>460,8</b>	<b>500</b>	<b>21,3</b>	<b>18,4</b>	<b>94,5</b>	<b>641,0</b>	<b>692</b>	<b>21,9</b>	<b>19,8</b>	<b>121,1</b>	<b>756,8</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кофе)	0					0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>41,3</b>	<b>36,9</b>	<b>238,8</b>	<b>1432,9</b>		<b>60,5</b>	<b>53,9</b>	<b>277,8</b>	<b>1884,5</b>		<b>65,4</b>	<b>59,3</b>	<b>310,6</b>	<b>2374,8</b>



Меню 5


Утверждаю:		Дата: 16.01.2016				Согласовано:									
		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда				 Сад 24 часа									
		Ясли				Сад									
Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖЕЛТКАЯ (геркулесовая)	150				180				180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>385</b>	<b>11</b>	<b>10,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>
<b>2 Завтрак</b>															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180				200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150				150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>17,9</b>	<b>20,5</b>	<b>100,4</b>	<b>617,5</b>	<b>610</b>	<b>35,4</b>	<b>36,1</b>	<b>90,1</b>	<b>833,0</b>	<b>630</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>
<b>Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50				50						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЗОВНИКА	180				180				180						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				0				50						
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>419</b>	<b>18,8</b>	<b>12,2</b>	<b>59,3</b>	<b>377,8</b>	<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>69,5</b>	<b>506,6</b>	<b>720</b>	<b>24,4</b>	<b>23,0</b>	<b>123,2</b>	<b>827,7</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43</b>	<b>239,6</b>	<b>1457,6</b>		<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1 880,4</b>		<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,0</b>

Меню 5															
Утверждаю:		Дата: 19.07.2026				Согласовано:									
		Детский сад № 2													
		Центрального района Волгограда													
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,3					180/10/7					180/10/7				
БАТОН	50					30					30				
СЫР (ПОРЦИЙНО)	5					10					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>346,7</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>
<b>2 Завтрак</b>															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>9,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>9,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>9,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>
<b>Обед</b>															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50				
КОМКОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>
<b>Удольный полдник(если в сад/полдник и ужин(24 часа)</b>															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/50					150/50				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,3					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>	<b>467</b>	<b>24,9</b>	<b>22,1</b>	<b>88,3</b>	<b>659,3</b>	<b>702</b>	<b>27,0</b>	<b>22,9</b>	<b>111,0</b>	<b>765,4</b>
<b>1 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>45,2</b>	<b>43,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1401,5</b>		<b>61,2</b>	<b>47,0</b>	<b>254,7</b>	<b>1810,9</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1909,5</b>

Меню 7															
Утверждаю:		Дата: 22.07.2023				Согласовано:									
		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда													
		Ясли				Сад				24 часа					
Пример пищи / наименование блюда	Масса порция г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>															
ЯИЧНОЕ БЛЮДО ( омлет )	150				150				150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИЦЛОМ	180/10				190/10				190/10						
БАТОН	30				30				30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0						
ИЧКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0				50				50						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>385</b>	<b>11,7</b>	<b>10,8</b>	<b>31,7</b>	<b>316</b>	<b>430</b>	<b>18,7</b>	<b>24,3</b>	<b>32,0</b>	<b>426,9</b>	<b>430</b>	<b>18,7</b>	<b>24,3</b>	<b>32,0</b>	<b>426,9</b>
<b>1 Завтрак</b>															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (безалкогольный)	180				200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты свежие)	30				30				30						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				180/25				180/25						
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				150/30				150/30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35				40				40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0				0						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,3</b>	<b>11,9</b>	<b>81,4</b>	<b>538,4</b>	<b>655</b>	<b>25,1</b>	<b>15,8</b>	<b>85,4</b>	<b>606,2</b>	<b>655</b>	<b>25,1</b>	<b>15,8</b>	<b>85,4</b>	<b>606,2</b>
<b>Уполотенный полдник (в ясли и сад) / полдник в ужине (24 часа)</b>															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150				150						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				200				200						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30				30						
БУЛОЧКА ВЕСУЩАЯСЯ	0				50				0						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожки)	0				0				50						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,3</b>	<b>14,3</b>	<b>67,7</b>	<b>458,1</b>	<b>530</b>	<b>22,7</b>	<b>22,7</b>	<b>92,8</b>	<b>477,9</b>	<b>730</b>	<b>23,2</b>	<b>24,9</b>	<b>120,2</b>	<b>823,6</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>49,8</b>	<b>37,3</b>	<b>203,9</b>	<b>1404,6</b>		<b>87,5</b>	<b>63,0</b>	<b>229,5</b>	<b>1794,4</b>		<b>73,1</b>	<b>69,6</b>	<b>264,2</b>	<b>2832,0</b>

Утверждаю:		Меню 8										Согласовано:			
		Дата: 27.01.2026 г.													
		Детский сад № 4 Центрального района Волгограда													
		Ясли					Сад					24 часа			
		Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества		
Белки, г	Жиры, г		Углево- ды, г	Белки, г	Жиры, г			Углево- ды, г	Белки, г	Жиры, г			Углево- ды, г		
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖЕЛКАЯ (МАННАЯ)	150					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5					150/10,7					150/10,7				
БАТОН	30					30					30				
СЫР (КОРДИЯМИ)	5					10					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>
<b>1 Завтрак</b>															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоки)	200					200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>
<b>Обед</b>															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50				
КОМБОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,8</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,8</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>
<b>Уютный下午茶(ясли и сад)/подливка и ужин(24 часа)</b>															
ТАТКАРКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАРИЛЕМ	150/40					150/50					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5					180/10,7					180/10,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30					45				
ЕУЛОЖКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					100/16				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>16</b>	<b>11,3</b>	<b>83,5</b>	<b>586,6</b>	<b>487</b>	<b>24,8</b>	<b>21,1</b>	<b>88,3</b>	<b>680,3</b>	<b>782</b>	<b>27,8</b>	<b>21,9</b>	<b>111,9</b>	<b>765,4</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	0					0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1481,5</b>		<b>61,2</b>	<b>47,0</b>	<b>254,7</b>	<b>1 810,9</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 909,5</b>

Утверждаю:		Меню 9				Согласовано:									
		Дата: <u>22.07.2026</u>													
		Детский сад № <u>2</u> Центрального района Волгограда													
Прем сад, наименование пищи		Ясли				Сад				24 часа					
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Масса порции		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углево-ды, г	
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180				180						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150				180				180						
БАТОН	50				30				30						
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	0				10				10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>15,1</b>	<b>8,1</b>	<b>61,8</b>	<b>384,7</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>
<b>2 Завтрак</b>															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (апельсин)	180				200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50				50						
БОРЕЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10				180/10						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5				150				150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20				20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>13,5</b>	<b>19,5</b>	<b>62,3</b>	<b>528,9</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>	<b>608,8</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>	<b>608,2</b>
<b>Употребляемый напиток(если в сад)/подливки и ужины(24 часа)</b>															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50				150/50				150/60						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	180				200				0						
БАТОН	40				50				0						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				0				40						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0				0				50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0				190/10						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,3</b>	<b>17,8</b>	<b>57,1</b>	<b>562,9</b>	<b>650</b>	<b>37,1</b>	<b>26,3</b>	<b>86,8</b>	<b>668,8</b>	<b>700</b>	<b>36,1</b>	<b>25,7</b>	<b>109,0</b>	<b>839,2</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0				0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,8</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>53,8</b>	<b>46,3</b>	<b>198,9</b>	<b>1491,6</b>		<b>82,9</b>	<b>58,9</b>	<b>230,7</b>	<b>1 894,3</b>		<b>87,0</b>	<b>62,7</b>	<b>281,8</b>	<b>2 672,5</b>

Меню 10																
Утверждаю:		Дата: 23.01.2026г.				Согласовано:										
		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда				Сад				24 часа						
		Ясли				Питательные вещества				Энергетическая ценность, ккал						
Пример пищи, наименование блюда		Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		г	Белки, г	Жиры, г		Углево-ды, г
<b>Завтрак</b>																
Икра кабачковая консервированная		30				397	50				438				484,8	
Яичное блюдо (яйца)		130					150					150				
Чай с молоком или сливками		150					200					200				
Батон		40					30					30				
Итого за прием пищи:		350	14,3	14,6	46,6	397	438	21,6	16,8	37,8	484,8	438	21,6	16,8	37,8	484,8
<b>2 завтрак</b>																
Сок в ассортименте (абсолют)		180				75,1	200				200				85,4	
Итого за прием пищи:		180	0,9	0,2	17,7		75,1	200	1,8	0,2		19,6	85,4	200		1,8
<b>Обед</b>																
Овощи по сезону (огурцы соевые)		30				490,1	50				670				599,9	
Суп с макаронными изделиями на бульоне		150					180					180				
Птица, тушенная в соусе с овощами		150					150					150				
Компот из сушеных фруктов		150					200					200				
Хлеб пшеничный		40					40					40				
Хлеб пшеничный		20					50					50				
Итого за прием пищи:		540	15,5	15,3	66,9		490,1	670	23,9	16,4		88,4	599,9	670		23,9
<b>Успокоительный полдник (сок и сад) / полдник и ужин (24 часа)</b>																
Котлеты, зыбочки, шницели рубленые		50				487,56	70				700				898,9	
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)		120					150					150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом		180/10					190/10					190/10				
Хлеб пшеничный		40					30					30				
Кондитерские изделия (вафель)		0					0					50				
Кофейный напиток с молоком		0					0					200				
Итого за прием пищи:		400	15,8	15,6	73,7		487,56	490	21,1	21,0		71,8	579,3	700		29,0
<b>2 Ужин</b>																
Кисломолочный продукт (кефир)		6				0				180				92,5		
Итого за прием пищи:		6					0				180	5,1	4,4		7,0	92,5
Всего за день:			46,5	45,7	198,9	1409,76		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5

Меню 11

Утверждаю:	Дата: 26.07.2026	Согласовано:													
	Детский сад № 2														
	Центрального района Волгограда														
	Ясли		Сад	24 часа											
	Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Пищевые вещества					
Приним. пища, размешивание хлеба	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (Рисовой)	180				180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180				180					180					
СЫР (ПОРШЕЖИ)	0				0					0					
БАТОН	40				0					0					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				35/10					35/10					
Итого за прием пищи:	380	18,4	8,5	46,4	387,7	485	9,9	14,1	48,1	388,6	405	9,9	14,1	48,1	388,6

2 завтрак

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110					110					
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты, Сладкие)	30				30					30					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150					150					
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30					30					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИЦЫ	20				50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30					
Итого за прием пищи:	520	28,1	18,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7



Успокаивающий подлив(ясли в сад)/подлив и ужи(24 часа)

ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				30					30					
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50					70/50					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35					35					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	662	23,4	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		46,2	37,3	238,4	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9

Утверждаю:		Меню 12				Согласовано:									
		Дата: 27.07.2026.													
		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда													
Ясли		Сад		24 часа											
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Энергетическая ценность, ккал					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>															
КАША ЖЕЛКАЯ (геркулесовая)	150				150				150						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>358</b>	<b>11</b>	<b>18,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>
<b>2 Завтрак</b>															
СОК И АССОРТИМЕНТЕ (абрикоты)	180				200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	30				0				0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4				50				50						
СУП ПАРТОВЕЛЬНЫЙ НА КУЛЬОНЕ	150				180				180						
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	130				150				150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>538</b>	<b>17,9</b>	<b>28,5</b>	<b>108,4</b>	<b>417,8</b>	<b>488</b>	<b>35,4</b>	<b>36,1</b>	<b>99,3</b>	<b>833,9</b>	<b>488</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>
<b>Удешевленный полдник(если в сад)/полдник в ясли(24 часа)</b>															
НЕРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				30				30						
КОТЛЕТЫ, БИШОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОНИКА	180				180				180						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				0				50						
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>89,1</b>	<b>377,8</b>	<b>478</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>89,5</b>	<b>984,4</b>	<b>738</b>	<b>34,4</b>	<b>23,6</b>	<b>123,2</b>	<b>817,7</b>
<b>2 Ужин</b>															
ЭКВИВАЛЕНТНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1 880,4</b>		<b>88,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,0</b>

		Меню 13																	
Утверждено:		Дата: 28.07.2026г.						Согласовано:											
		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда																	
		Ясли							Сад							24 часа			
 Прием пищи, организованной в/от № 117/2025/0002 ИПО 730201241		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал			
		Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г				
<b>Завтрак</b>																			
КАША ЯОДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					180								
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					180					180								
БАТОН	50					0					0								
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0					30/5/20					30/5/20								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>				
<b>2 Завтрак</b>																			
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					200								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>				
<b>Обед</b>																			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180								
ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (говядина)	50/10					70/30					70/30								
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180								
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40					50					50								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>				
<b>Уютный полдник (ясли и сад)/полдник в ужи (24 часа)</b>																			
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70								
КАША РАССЛАПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					150					150								
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30								
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50								
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>418</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>55,2</b>	<b>377,8</b>	<b>500</b>	<b>22,1</b>	<b>13,7</b>	<b>97,2</b>	<b>668,8</b>	<b>790</b>	<b>22,8</b>	<b>14,8</b>	<b>117,4</b>	<b>796,1</b>				
<b>2 Ужин</b>																			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,8</b>				
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>58,3</b>	<b>44,2</b>	<b>283,2</b>	<b>1 785,8</b>		<b>64,1</b>	<b>48,9</b>	<b>310,3</b>	<b>1 976,4</b>				

Меню 14

Утверждаю:

Дата: 29.07.2026 г.

Согласовано:

Детский сад № 2  
Центрального района Волгограда

*Сухарева О.В.*

Ясли

Сад

24 часа

Принем пищи, наименование блюда

Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	

Завтрак

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
БАТОН	40				20					20					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>11,8</b>	<b>12,3</b>	<b>39,2</b>	<b>360,2</b>	<b>420</b>	<b>17,9</b>	<b>24,0</b>	<b>26,9</b>	<b>400,7</b>	<b>420</b>	<b>17,9</b>	<b>24,0</b>	<b>26,9</b>	<b>400,7</b>

I Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>

Обед


ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соевые)	30				50					50					
БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				140/30					140/50					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					20					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>12,3</b>	<b>13,8</b>	<b>54,7</b>	<b>402,3</b>	<b>640</b>	<b>19,6</b>	<b>16,6</b>	<b>69,6</b>	<b>516,3</b>	<b>660</b>	<b>20,0</b>	<b>17,4</b>	<b>71,0</b>	<b>533,3</b>

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30				70/30					70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130					130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180					180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				30					30					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0					190/10					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	0				0					50					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>19,4</b>	<b>18,6</b>	<b>104</b>	<b>646,9</b>	<b>490</b>	<b>23,4</b>	<b>21,9</b>	<b>101,5</b>	<b>718,3</b>	<b>740</b>	<b>24,0</b>	<b>24,3</b>	<b>116,9</b>	<b>807,6</b>

II Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0				0					180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>					<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>44,4</b>	<b>44,9</b>	<b>215,6</b>	<b>1 484,5</b>		<b>61,9</b>	<b>62,7</b>	<b>217,6</b>	<b>1 818,7</b>		<b>68,6</b>	<b>70,5</b>	<b>241,4</b>	<b>1 917,5</b>

Утверждаю:		Меню 15 Дата: 30.04.2026г. Детский сад №2 Центрального района Волгограда					Согласовано: <i>С.А. Сидорова</i>										
 Прием пищи, наименование блюда		Ясли					Сад					24 часа					
		Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		Белки г	Жиры г	Углеводы г		Белки г	Жиры г	Углеводы г		Белки г	Жиры г	Углеводы г	
<b>Завтрак</b>																	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)		150				180				180							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		130				200				200							
БАТОН		45				40				40							
СЫР ПОРЦИОННО		5				10				10							
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>8,7</b>	<b>47</b>	<b>313,4</b>	<b>438</b>	<b>13,7</b>	<b>11,4</b>	<b>52,8</b>	<b>369,6</b>	<b>438</b>	<b>13,7</b>	<b>11,4</b>	<b>52,8</b>	<b>369,6</b>	
<b>1 Завтрак</b>																	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)		200				200				200							
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>6,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>6,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>6,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>																	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30				30				50							
СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ		150				180				180							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130				150				150							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ		20				30				30							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20				20				20							
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>600</b>	<b>16,2</b>	<b>20,7</b>	<b>88,5</b>	<b>564,8</b>	<b>638</b>	<b>37,0</b>	<b>38,1</b>	<b>98,2</b>	<b>887,2</b>	<b>638</b>	<b>37,0</b>	<b>38,1</b>	<b>98,2</b>	<b>887,2</b>	
<b>Уклетенный напиток(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		50				70				70							
РАГУ ОВОЩНОЕ (0 ВАРИАНТ)		110				150				150							
ЧАЙ С ЛИМОННОМ		180/10/7				180/10/7				180/10/7							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20				30				35							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА		50				0				50							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		0				0				200							
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>427</b>	<b>14</b>	<b>35,9</b>	<b>72,7</b>	<b>509,86</b>	<b>447</b>	<b>16,9</b>	<b>21,3</b>	<b>51,9</b>	<b>481,8</b>	<b>792</b>	<b>24,3</b>	<b>26,8</b>	<b>98,7</b>	<b>751,9</b>	
<b>2 Ужин</b>																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)		0				0				180							
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>			<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,8</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>42,3</b>	<b>46,1</b>	<b>127,2</b>	<b>1 479,3</b>		<b>68,4</b>	<b>71,6</b>	<b>221,8</b>	<b>1 829,8</b>		<b>86,9</b>	<b>81,5</b>	<b>275,7</b>	<b>2 192,4</b>	